



相談室だより

第1号

令和6年4月19日発行

宇都宮市立陽北中学校
教育相談部

「相談室だより」は、本校のホームページからご覧になれます。
携帯電話・スマートフォンから、QRコードを読み取ってご覧ください。



みなさん、こんにちは。陽北中学校相談室です。1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2年生、3年生の皆さん、ご進級おめでとうございます。相談室～せせらぎルームはみなさんの悩み（学校のこと、勉強のこと、友達のこと、部活のこと、家族のことなど…）や相談・愚痴ぐちそして居場所として気軽に活用してもらえたらと思っています。休み時間のみんなの声こゑが気になる、休み時間教室で過ごすのがつらい… そんな思いを抱えている人はいませんか？ 昼休み、放課後の30分は誰でも利用できるように開放していますので、気軽に立ち寄ってください。

陽北中学校にはSC（スクールカウンセラー）とMS（メンタルサポーター）がおります。仕事の内容と勤務形態が異なりますので、紹介させていただきます。

	勤 務	仕 事 内 容
SC スクールカウンセラー 小林 <small>よりこ</small> 順子 先生 （公認心理師） （臨床心理士）	<u>原則 毎週水曜日 8時～16時30分</u> 学校行事の関係などで、勤務のない水曜日もありますので、月別の予定でご確認ください。 面談は授業時間（1・3・4・5時間目）と放課後に行えます。	生徒の相談にも、保護者の相談にも応じてくれます。 専門的な立場から、お話を聞いていきます。
MS メンタルサポーター 山崎 <small>くみこ</small> 公美子 先生	<u>原則 毎週火・水・金曜日</u> <u>9時40分～13時40分</u>	生徒の皆さんの心の相談員です。皆さんの学校生活が楽しくなるよう、お話を聞きます。一緒に話したり考えたりしましょう。

★SC・MS自己紹介★



SC 小林先生（4年目）

中学校では部活も友だち関係も勉強も、新しいことや楽しいことがいっぱい！ でも、体や心が大人に向かって成長したり、子どものままでいたかったり、大きく変化する時です。身体のこと、友だち関係のこと、勉強のこと、家族のこと… 心にためこまないで話しに来てね。



MS 山崎先生（今年度から）

本年度よりメンタルサポーターとして勤務します山崎です。音楽鑑賞とマンガが大好きです。悩み事や心配事、話したいことや聞いてほしいことがあれば気軽に声をかけてください。いつでも大歓迎です。よろしくお願ひします。

<保護者の皆さまへ>

相談室では、保護者の皆さまからのご相談も受け付けております。お子様のことで気になることなどありましたら、お気軽にご利用ください。事前に予約をしていただくと、ゆっくりとお話ができます。

SCの相談予約については、学級担任、SCM（スクールカウンセリング・マネージャー）水沼先生、SC小林先生にお申し込みください。

陽北中学校 621-8491

621-8492

<生徒の皆さんへ>

SC小林先生、MS山崎先生に相談ごとがあり、面談を希望する場合には、次の方法で相談することができます。

- ① 担任の先生を通して申し込む
- ② SCM水沼先生を通して申し込む
- ③ 相談ポストを利用して申し込む
- ④ 個人用PCから申し込む（最初は山崎先生が対応します）
- ⑤ せせらぎルーム「OPEN TIME」の時間に直接小林先生、山崎先生に申し込む



※ ゆっくりとお話をしたい場合には、面談の「予約」をとることをおすすめします。

※ せせらぎルームは、SC、MSの先生がいる場合の「昼休み」と「放課後30分」に開設しています。勤務・面談等の都合で閉室（closed）している場合もあります。せせらぎルームは南校舎1F東（事務室となり）にあります。

※ SC、MSとのお話は、悩み事以外でも大丈夫です。「嬉しかったこと」「楽しかったこと」「悲しかったこと」「腹が立ったこと」など、誰かに話したいことであれば何でもOKです。学習や部活動に関すること、自分の性格や進路について、友人関係やその他いろいろ…なんでも話してくれるとうれしいです。

※ 面談は、SC、MS以外の希望する先生でも可能です。その場合は先生の名前を教えてください。



★SC・MS勤務予定★（都合により、予定が変わる場合もあります）

4 月				
月	火	水	木	金
8	9 ☆	10 ☆	11	12 ☆
15 ☆	16 ☆	17 ★ ☆	18	19
22	23 ☆	24 ★ ☆	25	26 ☆
29	30 ☆			

★SC勤務日、☆MS勤務日

5 月				
月	火	水	木	金
		1 ★ ☆	2	3
6	7 ☆	8 ☆	9	10 ☆
13	14 ☆	15 ★ ☆	16	17 ☆
20	21 ☆	22 ★ ☆	23	24
27	28 ☆	29 ★ ☆	30	31 ☆